第一图书网, tushu007.com

<<高职学生心理健康教育>>

图书基本信息

书名：<<高职学生心理健康教育>>

13位ISBN编号：9787040286779

10位ISBN编号：7040286777

出版时间：2010-5

出版时间：李小融 高等教育出版社 (2010-05出版)

作者：李小融 著

页数：191

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

前言

随着时代的发展，生活节奏的加快，竞争压力的增大，社会刺激变得多元化与复杂化。
高职学生作为大学生的一个特殊群体，所面临的心理负荷也越来越重。
高职学生正处于从青年期向成人期过渡的重要阶段，虽然生理上逐渐成熟，但由于阅历浅，社会经历缺乏，独立生活能力不强等各种原因，他们很容易产生各种心理冲突。
如何加强对高职学生心理健康教育，已成为摆在教育工作者面前的重要课题。
为了切实加强高职学生心理健康教育工作，我们组织了关于高职学生心理健康问题的问卷调查，通过调查，我们发现高职学生在学习、生活、人际交往和自我意识等方面遇到或出现的心理困扰较为突出，显示出高职学生需要掌握心理健康教育知识的迫切性，但由于目前高职学生心理健康教育的相关教材较少，而普通大学生的心理健康教育教材又缺乏针对性，不能符合高职学生的实际需要，为此，我们编写了这本教材，它是一本供高职院校教师、学生共同使用的心理健康教育教材。

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书注重通过实例来阐述心理健康知识，书中包括了：心理健康教育的概念、学生心理健康教育的途径、学生常见的学习心理问题与应对、学生人际交往的心理问题与调适等内容。

本书可作为高职高专院校的学生心理健康教育教材或学生课余心理健康指导读物。

<<高职学生心理健康教育>>

书籍目录

第一章 心理健康教育概述第一节 心理健康教育的概念第二节 学生的身心特点第三节 学生心理健康的标准第四节 学生心理健康教育的意义第五节 学生心理健康教育的途径第二章 新生的心理适应第一节 新生适应不良的原因第二节 新生心理适应问题及调适第三章 学习心理调适第一节 学生的学习概述第二节 学生常见的学习心理问题与应对第三节 学生的学习动机第四章 学生自我意识的形成第一节 自我意识概述第二节 学生自我意识发展的特点及影响因素第三节 学生自我意识发展的偏差及调适第四节 学生自我意识的完善第五章 和睦人际关系的建立第一节 人际交往概述第二节 影响学生人际关系的因素第三节 学生人际交往的心理问题与调适第四节 学生人际交往能力的培养第六章 保持积极的情绪状态第一节 学生常见情绪问题及调适第二节 学生恋爱心理及调适第三节 学生爱的能力培养第四节 刨设稳定积极的心境第七章 促进人格修养第一节 人格心理概述第二节 学生常见人格不良问题与调适第三节 学生健康人格的培养第八章 挫折与心理危机应对第一节 挫折与心理危机第二节 学生受挫后的心理反应第三节 学生心理危机的预防与干预策略第九章 网络心理问题第一节 网络虚拟世界与心理需求第二节 学生常见的网络偏差行为及危害第三节 网络偏差行为产生的原因与调适第十章 就业心理问题及调适第一节 就业心理问题及调适概述第二节 就业前的心理适应参考文献后记

章节摘录

插图：四、达到心理健康的途径之一——心理健康教育当我们了解什么是健康后，便能够清楚地知道，心理健康教育是健康教育的一个重要方面，因为健康教育不仅是要使人的身体健康，而且是一种涉及智能、心理和社会层面的过程。
心理健康教育作为达到心理健康的途径，既是学生自身健康成长的需要，也是社会发展对人的素质的要求。
大学生心理健康教育是根据大学生身心发展特点，运用有关心理教育方法和手段，培养学生良好的心理素质，促进大学生身心全面发展和素质全面提高的教育活动；是培养高素质、高质量人才的重要环节。
因此，对大学生及时有效地进行心理健康教育是现代大学教育的必然要求，也是广大教育工作者所面临的一项紧迫任务。
心理健康教育进入学校大约是20世纪上叶的事。
20世纪20年代初，针对学生在择业求职及职业适应方面存在的种种困难，美国设立了专门提供职业指导的机构，在学校内成立了教育与职业辅导中心，这就是所谓的美国“职业指导运动”。
这些机构除了进行职业指导外，对学生的学习困难、行为障碍等方面的问题也进行指导。
30年代以后，随着心理测量学的发展，各种测量工具的使用，使学校的指导具有鲜明的心理学色彩，现代学校心理咨询开始逐渐形成。
至60年代，面向在校学生的学校心理咨询以及面向社会的心理卫生咨询在世界各国得到普及，而我国自80年代以后心理咨询工作也有很大发展。
心理咨询在帮助人们妥善处理学习、交往、适应等方面存在的心理问题上所起的作用是不可否定的。
教育是学校的根本功能，充分发挥教育功能，才能使全体学生的心理得到健康的发展。
所以在学校教育中，强调的是心理健康教育，而把心理咨询作为心理健康教育的一个方面。
美国的学校咨询有较完善的体制，大多数州都规定在学校必须配备专业的心理咨询人员，通常大约每400名学生要求配备一名学校咨询师，其职责已不仅对有需要的学生提供个别的咨询服务，而且包括团体咨询、组织实施在班级进行的心理健康课程以及作为顾问向教师或家长提供间接咨询、主持必要的心理测评工作。

后记

在所有编写人员的不懈努力以及相关部门的大力支持下，本书的编写终于尘埃落定。
在本书完成之际，我们要感谢所有的参与心理健康问卷调查的同学们，正是他们对我们的信任与支持，从而更加坚定了我们要将本书编写得更好的决心。
我们还要感谢多年来所有的来访的学生，他们以自己独特的困惑与体验，督促着我们不断地学习心理健康教育最新知识，探索解决问题的方式，提醒我们不断思考：如何为他们提供更好的帮助？
如何使学生真正达到自我健康成长与终身发展？
我们还能为学生的成长做些什么？
正是本着这样的信念，才让我们一路向前，为学生的心理健康教育事业不断努力并为之奋斗。
感谢四川教育学院等近十所院校的领导以及高等教育出版社相关领导、同志的大力支持！

编辑推荐

《高职学生心理健康教育》：全国高职高专教育“十一五”规划教材

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com